

„Die Scholle" erscheint jeden Sonntag. Schluß der Inseraten-Annahme Mittwoch früh. -- Nachdruck aller Artikel, auch auszugsweise, verboten.

Anzeigenpreis: Polen und Danzig die einspaltige Millimeterzeile 15 Groschen, im Reklameteil 125 Groschen. Deutschland 10 bzw. 70 Gold-Pfennige.

Nr. 20 Bydgoszcz / Bromberg, 22. Mai 1938

Auch die Arbeiten in Haus, Hof und Stall wollen getan sein.

Von Dr. A. Köstlin, Zehlendorf.

Eine Steigerung der landwirtschaftlichen Erzeugung ist nur durch vermehrte Aufwendungen in allen Betriebszweigen möglich. Neben den Mehrausgaben für künstlichen Dünger, für Kraftfutter, für Anlagen zur Verlustminderung u. a. m. muß vor allem mehr gearbeitet werden. Diese Mehrarbeit kann durch eine Verlängerung der Arbeitszeit oder durch Beschäftigung von mehr Arbeitskräften oder aber durch eine Leistungssteigerung der einzelnen Arbeitskraft in der Zeiteinheit geleistet werden. Die Mittel dafür sind sachgemäße Maschinenanwendung und wohl überlegter Einsatz der menschlichen und tierischen Arbeitskräfte.

Die Maschine vervielfältigt die Arbeitskraft des Bauern und liefert in vielen Fällen eine bessere Arbeit als reine Handarbeit. Trotzdem läßt sich oft auch ohne verstärkten Maschineneinsatz schon manche Arbeitsstunde einsparen und mancher Zentner Mehrertrag erzielen, wenn durch Anwendung verbesserter Arbeitsverfahren der Nutzeffekt der vorhandenen Hilfsmittel verbessert wird und der Einsatz der Arbeitskräfte klar disponiert und möglichst fristgemäß erfolgt. Hier liegen die billigsten Möglichkeiten zur Verbesserung des Arbeitserfolges. Der rechtzeitige Einsatz der Egge oder des Unkrautstriegels zum Überkopfeggen der Saaten oder die richtige Wahl der Schnittzeit auf dem Grünland oder die Anwendung der Trockengerüste sei hier nur angedeutet. Aber auch durch Änderung im Anbauverhältnis, z. B. durch Ausdehnung des Wintergerstenbaues, läßt sich manche Auflockerung in der Arbeitsverteilung und einige Arbeitsentlastung während der Arbeitsspitzen erzielen. Solche Maßnahmen kosten in erster Linie Überlegung und können manche fühlbare Entlastung der Arbeitskräfte bringen.

Am meisten Leerlauf und Zeit läßt sich jedoch bei den Arbeiten in Haus, Hof und Stall einsparen, die sich Tag für Tag oft mehrmals wiederholen. Diesen täglichen Arbeiten wird meist viel zu wenig Beachtung geschenkt, da sie an den 365 Tagen eines Jahres sehr schnell zur Gewohnheit werden. Sie werden oft nicht genügend beachtet, da die einzelne Arbeit nur 1 oder 2 oder 3 Viertelstunden am Tag in Anspruch nimmt. Dabei gibt es sehr viele Arbeiten dieser Art, und rechnet man sie alle zusammen, dann stellt man fest, daß sie die Hälfte der gesamten Arbeit einer bäuerlichen Wirtschaft und noch mehr ausmachen. Das fängt an mit dem Futterbereiten, dem Füttern, dem Melken, dem Ausmisten usw., und nicht zuletzt kommt hinzu die viele Arbeit der Bäuerin in der Küche beim Heizen und Kochen und womöglich noch beim Wasserschleppen oder -pumpen. Und sind alle diese Arbeiten getan, dann zeigt sich auf einmal, daß darüber die Arbeiten auf dem Feld, ohne dessen Ertrag auch die Arbeiten in Stall, Haus und Hof erfolglos werden, zu kurz gekommen sind.

Man prüfe einmal nach, ob das Häckseln des Futters nicht eingeschränkt werden kann, auch nicht zerkleinert werden Rauhfutter, Rüben und Grünfutter vom Vieh gefressen, oder ob nicht mit der Trockenfütterung der Schweine auch Zeit gespart werden kann. Besonders durch die Bereitung von Sauerkartoffeln läßt sich für die Bäuerin manche Stunde gewinnen. Oder aber es wird für eine neue Tür ein Mauerdurchbruch gemacht und ein Abwurfschacht auf den Futtertisch eingebaut, um beim Ausmisten und Füttern täglich so und soviel Meter Umweg zu ersparen. Auch ein Freßgitter mit Mittellangstand und Kotplatte erleichtert das Füttern und Ausmisten und die Tiere werden weniger schmutzig. Können mehr Barmittel investiert werden, dann spart eine Hauswasserversorgung oder eine Wasserleitung oft sehr viel schwere Arbeit. Die Bäuerin wird es auch besonders begrüßen, wenn ihr durch einen neuzeitlichen Herd und durch Einrichtung leicht erreichbarer Heizstellen für Ofen, Herd und Backofen neben der Einsparung von Brennstoffen auch noch manches Stück Weg beim Schleppen von Brennholz und Kohlen erspart wird.

Wenn man alle diese täglichen, — ach so gewohnten — Arbeiten mal der Reihe nach durchgeht, so wird mancher Bauer feststellen, daß er in Haus und Hof auch im Hinblick auf die Arbeitsersparnis doch noch nicht alles so ganz zweckmäßig eingerichtet hat, und rechnet er diesen unnötigen Zeitverbrauch zusammen, so wird sich vielleicht zeigen, daß hier noch eine Arbeitsreserve vorhanden ist, die größer sein kann als die durch eine ganze Reihe von Feldmaschinen erzielbare Arbeitsersparnis.

Trotzdem sind auch diese Maschinen notwendig, wenn verhindert werden soll, daß durch die Feldarbeiten zu bestimmten Zeiten übermäßige Beanspruchungen der Arbeitskräfte verursacht werden. Im allgemeinen treten die

Arbeitsspitzen während der Heuernte und Hackfruchtpflege, während der Getreideernte und Zwischenfruchtbestellung sowie während der Herbstbestellung und Hackfrucht- und Zwischenfruchternte auf. Je nach der Nutzungsrichtung eines Betriebes heben sich die einzelnen Arbeitsspitzen mehr oder weniger deutlich heraus. Damit nun zu diesen Zeiten keine Überlastung der Arbeitskräfte eintritt oder besondere zusätzliche Arbeitskräfte nötig werden, muß neben Maßnahmen der Betriebsorganisation durch den richtigen Einsatz einer ganzen Reihe einzelner Maschinen und Geräte auf eine möglichst ausgeglichene Arbeitsverteilung hingewirkt werden.

So nützt es in einem Getreide-Hackfruchtbetrieb nichts, nur die Getreideernte durch den Einsatz eines Binders zu vereinfachen; denn die beiden anderen Arbeitsspitzen im Vorsommer und im Herbst lassen sich dadurch keineswegs beseitigen. Es müssen also auch noch Vorkehrungen zur Behebung dieser Arbeitsspitzen getroffen werden. Zur Zeit der Heuernte muß neben dem frühzeitigen Schnitt und der Gerüsttrocknung für die Hackfruchtpflege das Vielfachgerät angewendet werden. Dann lassen sich auch bei vermehrtem Hackfruchtbau die Pflegearbeiten noch bewältigen und die Felder bleiben trotzdem unkrautfrei. Und zur Hackfruchternte muß neben der Wahl der richtigen Ernteverfahren — Vorratsrodung bei den Kartoffeln und Pommritzer Ernteverfahren bei den Zuckerrüben — der luftbereifte Ackerwagen zur Bewältigung der großen Erntemengen in verstärktem Maße eingesetzt werden. Besondere Bedeutung bekommt für alle diese Arbeiten der luftbereifte Schlepper, der vor dem Pflug genau so wie vor der Mähmaschine oder dem Gummiwagen eine wesentliche Beschleunigung der Arbeit ermöglicht und in vielen Fällen erst die Voraussetzung für eine volle Intensivierung und Ertragssteigerung der Betriebe durch verstärkten Hackfrucht- und Zwischenfruchtbau schafft.

In jedem Fall ist es jedoch notwendig, daß im Interesse einer gleichmäßigen Arbeitsverteilung zur Bewältigung aller Arbeitsspitzen eine wohl erwogene Reihe einzelner Maschinen und Geräte bei den Feldarbeiten eingesetzt wird. Da diese Hilfsmittel im kleineren Betrieb schlechter ausgenutzt werden als im Großbetrieb und eine höhere Belastung der Flächeneinheit verursachen, wird man im kleineren Betrieb mit seinem hohen Aufwand für die sich täglich wiederholenden Arbeiten besonders darauf bedacht sein müssen, bei diesen Arbeiten möglichst viel Zeit für die verhältnismäßig teueren Feldarbeiten einzusparen.

Landwirtschaftliches.

Die Unkrauthecken sind systematisch zu bekämpfen.

Mancher Acker ist vom Unkraut gut gesäubert, und doch wird der sorgsame Bauer seines Lebens nicht froh: immer wieder stellen sich ungebetene Gäste ein, deren Auftreten schwer verständlich ist. Nicht allein Samenunkräuter mit leicht verwehbaren Samen, sondern auch Ausläufer treibende Arten dringen immer von neuem vor. Das verursacht doppelte Kosten, sowohl durch die immer wieder erforderliche Bekämpfung als auch durch den verminderten Ernteertrag.

Freilich, wenn man ehrlich ist, wird man oft gestehen müssen, daß das Übel eben doch nicht mit Stumpf und Stiel ausgerottet wurde. Die unerschöpflichen Sitze steter Neuverseuchung und Mißvergnügens sind die Feldraine, Grenzwege, Straßengräben usw. Nicht allein die Samenunkräuter finden dort durch Anflug ein ungestörtes Plätzchen zur Erhaltung und Vermehrung ihrer Art, sondern auch manche durch ihre Wurzelausläufer gefährlichen Unkräuter nisten sich von hier aus dauernd ein. Mit den gelegentlichen Ankömmlingen wird man sich abfinden können, die bald wieder verschwinden und nie ganz zu vermeiden sind. Es gibt aber standhaftere Gesellen. Das Geld für chemische Kampfmittel, Kalkstickstoff und Kainit, ist zum Teil nutzlos vertan, wenn man vor diesen Seuchenherden Halt macht aus Furcht, der Nachbar könnte die Beseitigung der Unkrauthecken übelnehmen.

Wo systematische Unkrautbekämpfung betrieben werden soll, müssen also die Ränder, Raine usw. von vornherein mit in den Plan einbezogen werden.

Man wird dabei die sich nur durch Samen fortpflanzenden Unkräuter von den Wurzelunkräutern unterscheiden müssen. Erstere kann man ja durch Mähen allmählich verdrängen, letztere aber dadurch nur zu vermehrter unterirdischer Tätigkeit anspornen. Aber selbst die Samenunkräuter beeilen sich manchmal mehr mit ihrer Verbreitung, als der sorgsame Ackerwirt mit ihrer Vertilgung. Manche Unkräuter sind aber noch so boshaft, sich auf beide Arten zu vermehren. Ein Beispiel dafür bilden der Löwenzahn mit seinen „Pusteblumen", der Huflattich oder der Große Sauerampfer. Besonders der Löwenzahn mit seiner zeitigen Fruchtbildung kommt meist zum Abblühen vor der Mahd; wendet man auf dem Acker chemische Bekämpfungsmittel an, so wird man den Rain nicht vergessen. Auch die Ackerklapper und die Große Klapper, beide Schmarotzer auf Gräsern oder Getreide, werden durch Kalkstickstoff geschädigt.

Gleichfalls sind chemische Mittel gegen Hederich, Klatschmohn und Flughafer wirksam, ebenso wie gegen die sonst auf den Rainen haltbaren Klee- und Luzernewürger.

Grundsätzlich wird man aber auf den Unkrauthecken mit dem Mähen nicht erst in der Erntezeit beginnen, sondern schon spätestens im Juni die Sense ansetzen und sie im Juli oder August nochmals eingreifen lassen. Damit haben wir die Wurzelunkräuter natürlich nicht beseitigt, die sich vom Rande aus leicht im Acker einbürgern können. Zu solchen unangenehmen Nachbarn gehören neben den schon genannten die Grindflockenblume, die Distel, die sehr schädliche Ackerwinde, die an Verbreitung zunehmende Pfeilkresse, die Ackerglockenblume, die Kronwicke und die Quecke, nicht zu vergessen auch der Große Sauerampfer. Gegen diese Eindringlinge wird spätestens im Juni der Untergrundpflug einzusetzen sein. Er wird in der Regel Ordnung schaffen. Droht die Ackerbrombeere mit ihrer Nähe, so wird der Wendepflug mit abgeschraubtem Wendeschar empfohlen, der gleichfalls im Juni anzusetzen ist.

Die Grenzraine bilden mit ihrem Pflanzenbestand an sich einen wertvollen Anzeiger für den Unkrautbestand der Gegend. Es ist aber immer besser, auf ein solches Museum zu verzichten und nur Gräser darauf zu dulden, abgesehen natürlich von der Quecke, dem Flughafer und dem Windhalm. Handelt es sich um Grenzwege, so wird man mit dem Nachbarn leicht eine Vereinbarung über den gemeinsamen Kampf treffen können. **Dr. E. Feige.**

Zweckmäßige Kennzeichnung von Überfahrten über Wiesengräben.

In ebenem Wiesengelände und auf größeren Wiesenflächen kommt es oft vor, daß das Auffinden der Überfahrten einige Zeit erfordert. Besonders ist dies der Fall, wenn neue und ortsfremde Hilfskräfte zur Heuernte herangezogen werden, wenn es abends schon spät geworden ist oder wenn man auf fremden Pachtwiesen Heu wirbt. Es empfiehlt sich in solchen Fällen, die Überfahrten durch Pfähle kenntlich zu machen. Am besten ist es, dabei in jeder Ecke der Überfahrt einen eichenen Pfahl einzugraben oder einzuschlagen. Länge 1—1,5 Meter. Wird abends spät eingefahren, so kann man diese Pfähle noch weiß ankalken. Außerdem verhüten diese Pfosten oft das Umkippen von Fudern und das Zerstören der Überfahrten durch zu scharfes Fahren um die Ecken, also noch zwei Vorteile, die nicht zu gering zu werten sind. Statt der Eichenpfähle einfach große Äste von Weiden oder Pappeln einzustecken, ist weniger ratsam, da dieselben leicht anwachsen. Solche Bäume sind an Überfahrten auch deshalb nicht gern gesehen, da die Baumkronen beim Vorbeifahren der Heufuhren hinderlich sind und das herabfallende Laub die Gräben und Durchlässe leicht verstopft.

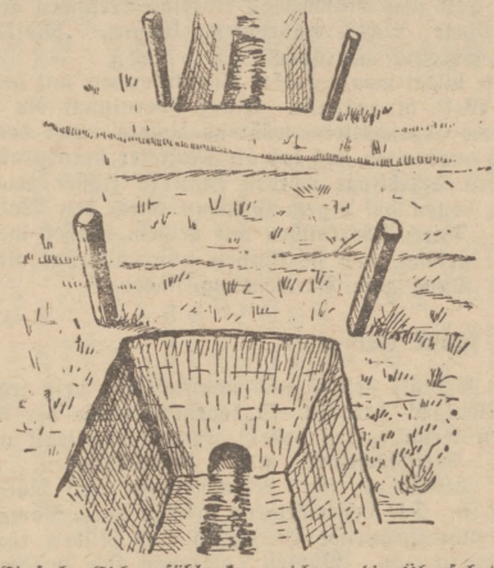
Landwirt Höppner, Zurow.

Obst- und Gartenbau.

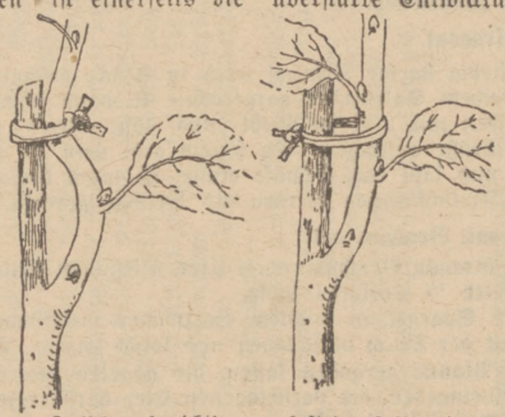
Vom richtigen und falschen Anheften der Leittriebe.

Leittriebe nennt der Kenner der Obstbaumbehandlung die Verlängerungen derjenigen Äste, welche dem Baum die Kronenform verleihen. Auf ihrer vollendeten starken Entwicklung beruht mithin der zweckmäßige Kronenausbau. Wird solcher Leitzweig aus irgendeinem Grunde vernichtet, dann ist dieser schwer zu ersetzen. Um einen recht üppigen Leitzweig als Leitastverlängerung zu erhalten, werden die letztjährigen Leitzweige zurückgeschnitten, und zwar auf ein besonders gut vorgebildetes Treibauge. Der aus diesem Leitauge entstehende Leittrieb wird sorgfältig angeheftet, um ihn vor dem Abbrechen im Winde zu bewahren und ihm zudem die Richtung seines ferneren Wachstums zu geben, die der Obstgärtner im Sinne der Fortentwicklung der Kronenform für zweckmäßig erachtet.

Bei diesem Anbinden werden erhebliche Fehler insofern begangen, als zu fest angeheftet wird. Oder es wird freilich lose genug angebunden, aber dem schnellen Dickenwachstum des Jungleittriebes nicht genügend Rechnung getragen. Kurz und gut: Die unerfreulichen Folgen des festen Bindens (siehe Abbildung 1 links) sind zwiefacher Art. Das Band schnürt den Trieb ein; es klemmt ihn derart fest an den beigesteckten Stab oder an den „Zapfen", daß er zurückgestaucht wird, also im Längenwachstum unterhalb des Bandes behindert ist. Die Folgen hiervon zeigt die Abbildung links. Der Leittrieb weicht im Bogen nach auswärts aus. Der eine Zweck des Anheftens, nämlich der der Erzielung eines geraden Leittriebes wird nicht nur nicht erzielt, sondern geradezu verhindert. Allmählich führt auch das fest angelegte Band zu Einschnürungen (Abb. 2 links). Die Folge derselben ist einerseits die überstarke Entwicklung des kurzen Triebstückes bis zum Band, andererseits die dürftige Entwicklung des Leittriebes oberhalb des Bandes. Und endlich: Mit der Zeit wird die Einschnürungsstelle im Verhältnis zu dem langen Endtrieb derart dünn, daß der Leittrieb an der Einschnürungsstelle abbricht, wenn einmal der Wind stark bläst (Abb. 2 rechts).

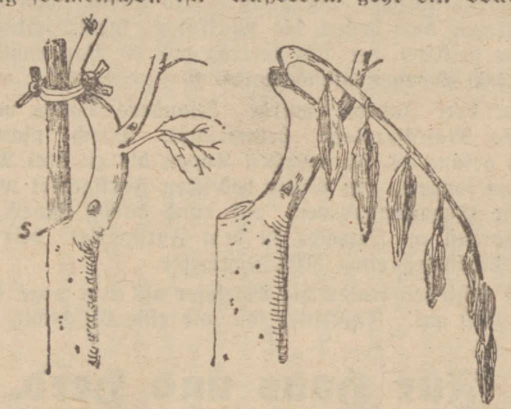


Einfache Eichenpfähle kennzeichnen die Überfahrten über Wiesengräben.



Falsch und richtig angehefteter Leitzweig.

Die wuchshemmende Bandeinschnürung führt oft auch dazu, daß aus dem verdickten Unterteil des Leittriebes Seitentriebe entstehen, indem die an diesem Zweigteil befindlichen Augen zum Austrieb kommen. Der Baum ist sogar gewissermaßen zu einem solchen höchst unwillkommenen Austrieb gezwungen. Der aufbauende Saft drängt immer nach den Triebenden zu. Wird er durch das fest einschnürende Band zurückgestaut, dann macht er sich eben unterhalb desselben Luft, indem er die dort vorhandenen Knospen, die andernfalls schlafen geblieben wären, zum Durchtrieb bringt. Die Folgen dieser Entwicklung sind nicht nur die bereits beschriebenen häßlichen Krümmungen, sondern außerdem weidenkopfartigen Gebilde, die den Baum verunzieren und schwer auszumerzen sind; es sei denn, sie werden völlig herausgeschnitten und es wird ein neuer Leittrieb entwickelt. Dies aber gelingt nie so formenschön, wie der Leitast aus natürlicher Entwicklung formenschön ist. Außerdem geht ein volles Jahr Zeit hierüber verloren. Zweckmäßig und richtig ist der Leittrieb unserer ersten Abbildung rechts angeheftet, nämlich lose. Der Leittrieb soll Spielraum haben. Es ist durchaus nicht nötig, daß er starr mit dem beigesteckten Stab bzw. mit dem Zapfen verbunden ist. Notwendig ist es aber, die Bänder alle 4–6 Wochen nachzusehen.



Die Folgen des falschen Anheftens.

Das Anheften erfolgt am besten durch die Zapfenmethode. Hierbei wird der Leitzweig nicht bis auf das Leitauge des vorjährigen Verlängerungstriebes zurückgeschnitten, sondern der letztjährige Leittrieb bleibt beim Schnitt mindestens 12 Zentimeter länger stehen. Damit aber die an diesem Stück befindlichen Knospen nicht austreiben, vielmehr dem Leitauge aller Saftzufluß zukommt, werden die Augen dieses 12 Zentimeter langen Stückes ausgeschnitten oder ausgebrochen. Dieses Stück, das in dargestellter Weise zum Anheften des Leittriebes benutzt wird, stirbt mangels Ernährung (da die Knospenaustriebe fehlen) ab und wird bei S (Abb. 20 abgeschnitten, sobald der Leittrieb genügend verholzt und somit standfest genug geworden ist, um sich ohne die Stütze des Zapfens zu halten.

Janson.

Maikäfer vernichten 20 000 Morgen Ernte!

Statistische Erhebungen über diesen gefährlichsten Frühlingsfreund.

„Im Frühjahr kommt alsdann der Maikäfer,
frißt euch die Bäume ab, kahl wie Besenreisig."

Jean Paul.

Mit dem Mai kam der Maikäfer. Er hatte sich natürlich — wie alljährlich — schon einige Monate vorher angemeldet. Als beispielsweise der Bauer im März oder April mit dem Pflug durch das Feld zog, wurde ein Maikäfer ausgehoben. Er wurde dann als der erste „Frühlingsbote" angesprochen. Man hätte ihn jedoch auch schon im Herbst auspflügen können — und dann wäre er ein „Frühlingsgruß im Oktober" gewesen. Aber im Mai kommt der Maikäfer, ohne daß man ihm zu helfen braucht. Er kommt sogar manchmal in solchen Schwärmen, daß man ihn verwünscht und bekämpft. Dann stehen die Jungen und die Mädel, die bei seinem Anblick das Maikäferlied zu singen pflegen,

traurig da und wissen nicht, welche Haltung sie nun eigentlich zum Maikäfer einnehmen sollen, eine freundliche oder eine feindliche.

Das ist nämlich merkwürdig: auch im Erwachsenen, der beispielsweise sein Feld oder seine Obstbäume vor der Maikäferplage zu schützen hat, meldet sich leise eine Stimme, die für den Schädling ein Veto einzulegen versucht. Sollte dies mit dem altgermanischen Glauben zusammenhängen, der den Maikäfer als einen Sendboten aus Freyas Garten ansah? „Deine Mutter ist im Pommerland" — heißt es in dem Maikäferliedchen. Ein Forscher glaubt nun mit Bestimmtheit sagen zu können, daß es eigentlich „Pommelland" heißen müßte. Und das würde dann bedeuten: Apfelland, Freyas Garten.

Gleichviel: wenn die Plage den Menschen zu Abwehrmaßnahmen zwingt, dann kann er seinen freundlichen Gefühlen gegenüber einem gefährlichen Schädling nicht lange Raum geben. Und der Schaden, der jährlich durch diesen „Frühlingsboten" angerichtet wird, ist wahrlich nicht gering. Nach fachmännischer Schätzung wird allein schon durch die Engerlinge, aus denen die Maikäfer später schlüpfen, ein Schaden gestiftet, der dem Ertrag von 50 Bauernhöfen oder von 20 000 Morgen gleichkommt.

Vor drei Jahren wurde besonders Baden von einer schweren Maikäferplage heimgesucht. Durch planmäßigen Einsatz gelang es, an manchen Tagen bis zu drei Millionen Käfer zu fangen. In einem badischen Forstgebiet wurde der jährliche Engerlingschaden auf rund 50 000 Mark geschätzt. Der Verlust an Zuwachs in dem Forstgebiet betrug nach dieser Schätzung etwa 3000 Festmeter.

In Schlesien traten die Maikäfer als eine arge Plage im Jahre 1936 auf. Es klingt fast wie eine Geschichte aus dem Urwald, wenn man erzählt, daß die Maikäfer ernsthaft den Verkehr gefährdeten. Die Autofahrer, die bei Nacht über die Landstraßen fuhren, berichten, daß die Maikäfer durch das Scheinwerferlicht wie die Motten derartig angelockt wurden, daß sie gegen die Windschutzscheibe klatschten und dem Fahrer jede Sicht nahmen.

Dies alles rechtfertigt also, daß man sehr unsentimental gegen den Schädling vorgehen muß, wenn er in Mengen auftritt. So wurden denn auch im Reich vom Ernährungsministerium im vergangenen Jahre den Landesbauernschaften insgesamt 100 000 Mark für die Bekämpfung zur Verfügung gestellt.

Die Bekämpfung selbst aber ist schwieriger, als man in Laienkreisen gewöhnlich annimmt. Es ist nämlich bisher nicht gelungen, ein Gift zu finden, durch das man Maikäfern entscheidend entgegentreten könnte. Arsen zeigte sich unwirksam. Die Maikäfer fraßen in den Forsten und Obstgärten wie bisher und ließen sich durch Spritzungen nicht stören. So bleibt als einziges Mittel übrig, daß große Suchkolonnen eingesetzt, und daß die Maikäfer auf diese Weise einzeln gesammelt werden. Im vergangenen Jahrhundert wurden bereits, weil man einsah, daß einzelne Menschen gegen eine solche Plage nichts ausrichten können, „Maikäfer-Vertilgungs-Vereine" gegründet.

Heute bildet man reguläre Fangkolonnen, mit denen man in den Wald hinauszieht. Einer übernimmt die Aufgabe, die Bäume abzuschütteln, während andere unter dem Baum ein Tuch ausbreiten, auf das die Maikäfer herabprasseln. Die gefangenen Schädlinge werden dann in Fässer geladen, die man am besten auf einem Gespann durch den Wald transportiert. Durch Überbrühen mit heißem Wasser werden die Maikäfer getötet, und sie können nun entweder als Futter oder als Dung gute Verwendung finden.

Für Haus und Herd.

Gemüse für Entfettungskuren!

Bei richtiger Auswahl der Gemüsearten und entsprechender Zubereitung in der Küche können die Gemüse für viele Zwecke der Ernährung mit bestem Erfolg verwendet werden. Mit Hilfe der Wissenschaft ist es in den letzten Jahren sogar gelungen, unsere Gemüse auch vorteilhaft in den Dienst der Heilkunde einzuschalten. Die Gemüse sind für unseren Körper ebenso unentbehrlich wie eiweißreiche Nahrungsmittel. Sie enthalten z. B. verschiedene pflanzliche Alkalien und Salze, durch welche schädliche Säuren abgestumpft werden, die beim Abbau der Nahrung im Körper auftreten (Schwefelsäure, Phosphorsäure usw.). Wir geben schon dem Säugling Gemüse, um dadurch den Nachteilen alleiniger Milch- und Mehlkost vorzubeugen, bzw. diese zu beheben; hier spielt der Eisengehalt des grünen Gemüses eine wichtige Rolle. Ferner scheint der Blattfarbstoff, das Chlorophyll, auch in bestimmten Beziehungen zur Bildung des Blutfarbstoffes zu stehen. Eine normale Darmtätigkeit hängt aufs engste von der Erzeugung von Nahrungsschlacken ab, d. h. solcher Bestandteile, die nicht schnell zu verdauen sind. Die Gemüse sind auch in diser Hinsicht wertvolle Nahrungsmittel, da ihr Gehalt an schwer verdaulicher Rohfaser oder Zellulose in den für unseren Körper richtigen Grenzen liegt. Der Gehalt an Rohfaser schwankt natürlich je nach Alter des Gemüses; er steigt mit zunehmendem Alter. So werden, wie uns allen bekannt ist, alte Radieschen und Kohlrabi z. B. holzig. Als Krankenkost nimmt das Gemüse eine sehr bedeutende Rolle ein, es ist aus der Diät nicht mehr wegzudenken. Der Rohfasergehalt trägt zur Bildung von Kot bei, wodurch der Darm des Kranken wieder zu ordnungsmäßiger Tätigkeit angeregt wird. Das gleiche gilt auch für ältere Menschen, bei denen die Darmfunktionen allmählich nachlassen. Wie vielgestaltig die Verwendung von Gemüse sein kann, beweist die Tatsache, daß es mit gutem Erfolg bei Entfettungskuren durch Einschaltung sogenannter Gemüsetage angewendet wird. Bei entsprechender Auswahl verschiedener Gemüsearten stellt sich bald ein Sättigungsgefühl ein, obwohl dem Körper verhältnismäßig wenige Nahrungsmengen zugeführt wurden. Andererseits ist es aber auch möglich, das Gegenteil durch richtige Zubereitung mit Mehl- und fetthaltigen Lebensmitteln zu erreichen.

•

Gemüse schafft Gesundheit.

Daß Gemüse gesund und nahrhaft ist, weiß jede Hausfrau. Weniger bekannt ist dagegen, worin der Wert der einzelnen Gemüsearten besteht. Spinat empfiehlt man zum Beispiel Bleichsüchtigen und Nierenkranken, während Sellerie besonders für Nervenkranke und Rheumatiker wertvoll ist. Die Lebertätigkeit erfährt durch Tomaten eine nicht zu unterschätzende Anregung und Rüben regen stets den Appetit an. Gurken erfreuen sich in der heißen Jahreszeit wegen ihrer kühlenden Eigenschaft großer Beliebtheit und Knoblauch und Zwiebeln vermehren sowohl die Speichel- als auch die Urinabsonderung, außerdem stärken sie alle Verdauungsorgane. Die darniederliegende Verdauung wird ebenfalls von Meerrettich belebt, und auch Schnittlauch wirkt in gleicher Richtung.

Soße zu Stangenspargel mit Schinken.

Einfache holländische Soße. 1 Eßlöffel Butter, 2 Eßlöffel Mehl, 1 Eigelb, etwas Zitronensaft, 1/2 Liter Spargelkochwasser, gesalzen.

Das Mehl in der zerlassenen Butter durchdünsten, ohne daß es jedoch Farbe annimmt. Die Spargelbrühe dazu gießen und unter ständigem Rühren durchkochen lassen. Die Soße vom Feuer nehmen, das Eigelb darunter mischen und nach Zitrone abschmecken.

Spargelragout.

Beliebig starker Spargel wird in Stücke geschnitten und in schwachem Salzwasser gargekocht. Alsdann schwitzt man etwas Fett mit 1 Löffel Mehl und läßt dieses mit der Spargelbrühe aufkochen. Da hinein gibt man die Spargelstücken und läßt das Gemüse einige Minuten darin ziehen. Kleine Fleischklößchen werden als Beilage gereicht.

Rührei mit Bruchspargel.

250 Gramm Bruchspargel, 4 Eier, 3 Eßlöffel Milch, 2 Eßlöffel Fett, 1/2 Teelöffel Salz.

Den Spargel in leichtem Salzwasser weichkochen. Die Eier mit der Milch verschlagen und leicht salzen. Das Fett in der Pfanne zergehen lassen, die abgetropften Spargelstücke hineingeben, die verschlagenen Eier darübergießen und ein lockeres Rührei backen.

Verantwortlicher Redakteur für den redaktionellen Teil: Arno Ströse; für Anzeigen und Reklamen: Edmund Przygodzki; Druck und Verlag von A. Dittmann T. z o. p., sämtlich in Bromberg.